



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA 2019”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciado en Psicología

Autor:

Ayrton Alfredo Zegarra Ortiz

Asesor:

Mg. Luis Ronald Luyo Pachas

Lima - Perú

2020

DEDICATORIA

Este trabajo va dedicado a mis padres, quienes me vienen apoyando a lo largo de mi vida universitaria, también va dedicado a mis hermanas por su apoyo moral, a mis amigos por la confianza y compañerismo a lo largo de estos 5 años de vida universitaria. Además, este trabajo va dedicado a mis profesores por haberme brindado los conocimientos necesarios y la motivación en cada una de sus clases.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco al Mg. Luyo Pachas Luis Ronald, por la labor de docente que viene desempeñando y por su contribución a mi aprendizaje. También agradezco a mis profesores de la carrera de psicología por los conocimientos brindados en cada clase.

ÍNDICE GENERAL

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA	23
2.1. Tipo de investigación	23
2.2. Población y muestra (Materiales, instrumentos y métodos)	23
2.3 Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos	29
2.3.2.1. Escala Rasgo de Metaconocimientos sobre Estados Emocionales (TMMS-24)	30
2.3.2.2. Inventario de Burnout de Maslach (M.B.I)	34
2.4. Procedimiento	38
2.4.1. Procedimiento de recolección de datos	38
2.4.2. Tratamiento y análisis de datos.	38
2.4.3. Aspectos éticos	39
CAPÍTULO III. RESULTADOS	41
3.1. Resultados descriptivos.	41
3.2. Análisis inferencial	49
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	54
4.1. Discusión	54
4.2. Conclusiones	59
4.3. Recomendaciones	61
REFERENCIAS	62
ANEXOS	67

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1 CARACTERÍSTICA SOCIODEMOGRÁFICA SEGÚN CARRERA	- 26 -
TABLA 2 CARACTERÍSTICA SOCIODEMOGRÁFICA DE LA MUESTRA POR CICLOS	- 27 -
TABLA 3 CARACTERÍSTICA SOCIODEMOGRÁFICA POR EDAD	- 28 -
TABLA 4 CARACTERÍSTICA SOCIODEMOGRÁFICA POR SEXO	- 28 -
TABLA 5 CARACTERÍSTICA SOCIODEMOGRÁFICA SEGÚN ESTADO CIVIL	- 29 -
TABLA 6 CARACTERÍSTICA SOCIODEMOGRÁFICA SEÑALANDO SI TIENEN HIJOS, O NO	- 29 -
TABLA 7 CARACTERÍSTICA SOCIODEMOGRÁFICA POR EL NÚMERO DE HIJOS	- 29 -
TABLA 8 CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS MENCIONANDO SI TRABAJA, O NO	- 30 -
TABLA 9 CARACTERÍSTICA DE LA MUESTRA MENCIONADO SI HA ESTUDIADO UNA CARRERA ANTES	- 30 -
TABLA 10 ÍTEMS PARA CADA DIMENSIÓN	- 32 -
TABLA 11 BAREMOS DEL TMMS-24	- 33 -
TABLA 12 CONSISTENCIA INTERNA PARA EL TMMS-24	- 33 -
TABLA 13 CONSISTENCIA INTERNA PARA LA DIMENSIÓN ATENCIÓN EMOCIONAL	- 34 -
TABLA 14 CONSISTENCIA INTERNA PARA LA DIMENSIÓN CLARIDAD EMOCIONAL	- 34 -
TABLA 15 CONSISTENCIA INTERNA PARA LA DIMENSIÓN REPARACIÓN EMOCIONAL	- 34 -
TABLA 16 ÍTEMS PARA CADA DIMENSIÓN	- 36 -
TABLA 17 BAREMOS DEL MBI	- 36 -
TABLA 18 CONSISTENCIA INTERNA DEL INVENTARIO MBI	- 37 -
TABLA 19 CONSISTENCIA INTERNA DE LA DIMENSIÓN AGOTAMIENTO EMOCIONAL	- 38 -
TABLA 20 CONSISTENCIA INTERNA DE LA DIMENSIÓN DESPERSONALIZACIÓN	- 38 -
TABLA 21 CONSISTENCIA INTERNA DE LA DIMENSIÓN REALIZACIÓN PERSONAL	- 38 -
TABLA 22 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	- 42 -
TABLA 23 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DE LA DIMENSIÓN ATENCIÓN EMOCIONAL	- 43 -
TABLA 24 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DE LA DIMENSIÓN CLARIDAD EMOCIONAL	- 44 -
TABLA 25 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DE LA DIMENSIÓN REPARACIÓN EMOCIONAL	- 45 -
TABLA 26 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DEL BURNOUT ACADÉMICO	- 46 -
TABLA 27 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DE LA DIMENSIÓN AGOTAMIENTO EMOCIONAL	- 47 -
TABLA 28 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DE LA DIMENSIÓN DESPERSONALIZACIÓN	- 48 -
TABLA 29 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DE LA DIMENSIÓN REALIZACIÓN PERSONAL	- 49 -
TABLA 30 CORRELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BURNOUT ACADÉMICO	- 50 -
TABLA 31 CORRELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y AGOTAMIENTO EMOCIONAL	- 51 -
TABLA 32 CORRELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DESPERSONALIZACIÓN	- 53 -
TABLA 33 CORRELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y REALIZACIÓN PERSONAL	- 54 -

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL **Error! Bookmark not defined.**

FIGURA 2 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DE LA DIMENSIÓN ATENCIÓN EMOCIONAL **Error! Bookmark not defined.**

FIGURA 3 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DE LA DIMENSIÓN CLARIDAD EMOCIONAL **Error! Bookmark not defined.**

FIGURA 4 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DE LA DIMENSIÓN REPARACIÓN EMOCIONAL **Error! Bookmark not defined.**

FIGURA 5 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DEL BURNOUT ACADÉMICO **Error! Bookmark not defined.**

FIGURA 6 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DE LA DIMENSIÓN AGOTAMIENTO EMOCIONAL **Error! Bookmark not defined.**

FIGURA 7 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DE LA DIMENSIÓN DESPERSONALIZACIÓN **Error! Bookmark not defined.**

FIGURA 8 DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS DE LA DIMENSIÓN REALIZACIÓN PERSONAL **Error! Bookmark not defined.**

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre Inteligencia Emocional y las dimensiones de Burnout Académico en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019. En cuanto a la metodología, el enfoque de la investigación es cuantitativo, de diseño no experimental, tipo transversal-correlacional. La muestra estuvo conformada por 562 estudiantes universitarios de las carreras de psicología, enfermería, obstetricia, nutrición y terapia física y rehabilitación. Los instrumentos utilizados fueron la Escala Rasgo de Metaconocimientos sobre Estados Emocionales (TMMS-24) y el Inventario de Burnout de Maslach (M.B.I). Los resultados que se obtuvieron, señalan la existencia de un coeficiente de correlación Rho de Spearman ($r = -.601$), y una significancia de ($p = 0,000 \leq 0,05$), lo que permite afirmar que la relación es significativa, en consecuencia, se rechaza hipótesis nula y se acepta hipótesis alternativa. Es decir, existe relación inversamente proporcional entre Inteligencia Emocional y las dimensiones de Burnout Académico en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019. Es decir, a mayor Inteligencia Emocional, menor Burnout Académico.

Palabras claves: Inteligencia emocional, burnout académico, síndrome de burnout, estudiantes universitarios.

ABSTRACT

This research work aimed to determine the relationship between Emotional Intelligence and the dimensions of Academic Burnout in university students of the faculty of health sciences of a private university in Lima 2019. Regarding the methodology, the focus of the research is quantitative, the non-experimental design, the transversal-correlational type. The sample was conformed by 562 university students of the careers of psychology, nursing, obstetrics, nutrition and physical therapy and rehabilitation. The instruments used in the Metaconscious Trait Scale on Emotional States (TMMS-24) and the Maslach Burnout Inventory (M.B.I). The results obtained indicate the existence of a Rho correlation coefficient of Spearman ($r = -,601$), and a significance of ($p = 0.000 \leq 0.05$), which allows to affirm that the relationship is significant, in account, Null hypothesis rejected and alternative hypothesis accepted. That is, there is a significant and inverse relationship between Emotional Intelligence and the dimensions of Academic Burnout in university students of the careers of psychology, nursing, obstetrics, nutrition and physical therapy and rehabilitation of the UPN-Lima North 2019. That is, a mayor Intelligence Emotional, minor of Academic Burnout.

Keywords: Emotional intelligence, academic burnout, burnout syndrome, university students.

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

1.1 Realidad problemática.

Estamos viviendo en un mundo muy cambiante, debido a la era tecnológica, que nos permite conectarnos a la internet desde cualquier lugar donde nos encontremos, por otro lado, vivimos la globalización, que ejerce una presión por alcanzar metas complicadas; todos estos cambios en las últimas décadas; han provocado que los seres humanos realicemos nuestras actividades rápidamente, en los distintos ámbitos de nuestra vida, tanto personal, laboral, familiar y social. Estos hechos no son esquivos en los estudiantes universitarios, debido a que las exigencias por alcanzar la eficiencia y eficacia, han llevado a muchos jóvenes a poner al límite sus capacidades tanto intelectuales, psicológicas y físicas. (Álvaro y Rubio, 2018).

Se evidencia dentro del mundo universitario un desequilibrio emocional, debido a la presión académica que tienen los estudiantes, en donde se refleja la aparición del síndrome de “burnout”, el cual conlleva a un agotamiento o cansancio en general, donde la persona que lo padece presenta una fatiga física o psicológica, y también, una sensación de colapso nervioso frente a las determinadas tareas por realizar, sumado a esto se origina un desarrollo de sentimientos negativos, que abarca desde: sentimientos de vacío, inconformismo, hasta mantener pensamientos negativos con relación al futuro, todo ello repercute en las bajas expectativas de realización personal y de logro, generando una desilusión para dar sentido a la propia vida (Aguilar, et al., 2017).

Corea del Sur, es uno de los países donde la tasa de suicidio juvenil es muy alta, eso se ve reflejado en las estadísticas, en donde dan a conocer que 11 de cada 100 jóvenes correspondientes a las edades de 15 y 30 años, ya sea estudiantes del nivel secundario o universitarios han pensado alguna vez en suicidarse, y 20 de cada 1000 jóvenes, lo ejecuta (Statistics Korea, 2017). En su gran mayoría los problemas psicosociales causados en este país,

son producto de una rigurosa educación a los que los estudiantes se ven sometidos; las largas horas de estudio y de memorización, los reducidos espacios de descanso, las exigencias académicas y las demandas de los padres para con sus hijos, hacia la obtención de los primeros puestos a nivel académico, todo esto genera consecuencias graves en los estudiantes, que puede ir desde un episodio depresivo, trastorno de ansiedad, hasta el síndrome de “burnout” (SB) crónico. El sistema educativo surcoreano es considerado entre uno de los mejores a nivel mundial, junto con Finlandia; incluso se incentiva a imitar este tipo de educación tan productiva, pero a su vez es criticado por la alta competitividad que genera y la excesiva presión que ejerce sobre sus estudiantes, llevándolos al borde del colapso.

Los estudiantes universitarios son la población más vulnerable en EE. UU. El 34.9% de los estudiantes que solicitan atención psicológica, presentan sintomatología severa debido a trastornos de ansiedad y depresión, con una incidencia de 15% en comparación al año 2000, debido a los casos presentados, 7 de cada 10 universidades estadounidenses han aplicado programas psicológicos para reducir los niveles de estrés entre sus estudiantes (American Psychological Association, 2018).

Los síntomas de casos del “síndrome de burnout”, mayormente se dan en estudiantes o profesionales de ciencias de la salud. El 69% de los cirujanos residentes en los EE. UU sufren de burnout académico, debido a la presión a la cual están expuestos a diario en sus jornadas laborales, puesto que sobre ellos se ejerce una responsabilidad por cuidar la vida de los pacientes (Journal of the American College of Surgeons, 2017), en dicha investigación, se analizaron los factores de riesgo como: estrés, ansiedad, depresión, insomnio, incapacidad para disfrutar de sus actividades, y el consumo de alcohol; en donde se concluye que el síndrome

de burnout afecta de una forma negativa al desempeño profesional médico y es un problema latente dentro de los profesionales de la salud en los hospitales de Estados Unidos.

Mediante la revisión de la literatura, se evidencia que los niveles bajos de inteligencia emocional (IE), se asocia a la aparición del “síndrome de burnout” (SB), pues justamente, los 5 años de vida universitaria es una etapa de cambios, maduración y preparación para el trabajo profesional. Por ello es importante que los estudiantes cuenten con competencias no solo intelectuales, sino además de ello con habilidades blandas o recursos emocionales, ya que el 80% del éxito en la vida académica, familiar, profesional y en general, se debe a un adecuado nivel de Inteligencia Emocional (IE), frente a un 20% de Inteligencia Cognitiva (IC) (Goleman 1990, citado por Damián, 2016).

Justificación

Debido a la relación que tiene el estudio de inteligencia emocional (IE) con el burnout académico, y las pocas investigaciones que se vienen realizando en nuestro país, surge el interés de realizar este estudio en la cual la población son estudiantes universitarios de la carreras de psicología, enfermería, obstetricia, nutrición y terapia física y rehabilitación; debido a que, en carreras de ciencias de la salud, es en donde surgen casos de prevalencia del “síndrome de burnout”, producto de la responsabilidad profesional, del contacto directo con pacientes y la carga emocional de trabajar en un hospital.

En la actualidad el “burnout” es una enfermedad descrita y clasificada dentro del CIE-10, como Z73.0, con la nomenclatura (Problemas relacionados con el desgaste profesional y sensación de agotamiento físico). Por ello, este estudio servirá como una ayuda para los profesionales de la salud mental, para que se diagnostique, se relacione las descripciones clínicas con las pautas diagnósticas dentro de los trastornos asociados al comportamiento.

Además, la presente investigación tiene la finalidad de contribuir, con la “Agenda para el 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenibles (ODS), en donde se tiene como objetivo garantizar una vida sana y promover el bienestar para todas las edades, reduciendo la prevalencia de trastornos y enfermedades mentales mediante la prevención, promoción y el tratamiento de patologías” (Organización de las Naciones Unidas, 2015), por medio del presente trabajo, que incluyen el análisis de dos variables, tanto inteligencia emocional y burnout académico, lo cual se va a sintetizar en conclusiones y datos estadísticos del estudio a universitarios de la carrera de ciencias de la salud.

Finalmente, esta investigación contribuirá con las universidades de Lima y de todo el Perú, para que dispongan de estudios correlacionales y datos estadísticos acerca de las carreras universitarias más vulnerables a sufrir de trastornos emocionales y psicológicos, y para que se ejecuten proyectos en cuanto a la mejora de las condiciones académicas y de programas de intervención. Así como también, contribuir con el Ministerio de Salud (MINSA), para que emprenda campañas de prevención y promoción de la salud mental, en beneficio de los estudiantes universitarios en general.

Antecedentes

Antecedentes internacionales

En España, Aroca (2015), en su investigación titulada: Relación entre inteligencia emocional y burnout en una muestra de profesionales sanitarios de un servicio de oncología, tuvo como objetivo, medir posibles relaciones entre la IE y el síndrome de burnout en profesionales sanitarios como un factor de peso que influye tanto en el profesional como en los pacientes cuando hay interacción entre ambas partes. El tipo de investigación fue transversal de tipo descriptivo-correlacional. La muestra estuvo conformada por 30

profesionales de la unidad de Oncología. Los instrumentos utilizados fueron (MSCEIT, MBI y cuestionario de variables sociodemográficas). Resultados señalan, que las variables sociodemográficas no influyen ni en los niveles de agotamiento emocional ni en la despersonalización en profesionales sanitarios oncológicos. En cuanto a la relación de la IE y el síndrome de burnout, encontramos que sólo en la escala de comprensión emocional del MSCEIT se muestra una relación directa significativa con las variables despersonalización y agotamiento emocional del MBI. Por otro lado, un 50% de la muestra presenta agotamiento emocional, y un 90% actitudes de despersonalización. Conclusiones: El nivel de cansancio emocional puede ser un factor muy importante que influye en la relación entre la IE y el desempeño laboral.

En Colombia, Caballero, González, y Palacio (2015) en su investigación titulada: “Relación del burnout y el engagement con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios”. Tuvieron como objetivo: Analizar las relaciones entre burnout y engagement con ansiedad, depresión y rendimiento académico en estudiantes universitarios de programas de salud. El estudio fue de diseño observacional, correlacional, multivariado; con una muestra estratificada, de 802 estudiantes de programas de salud de universidades de Barranquilla. Los instrumentos utilizados fueron: MBI-SS, UWES-S, STAI e Inventario de Depresión de Beck. En cuanto a los resultados, el análisis de las correspondencias múltiples entre las variables evidenció un factor conformado principalmente por las dimensiones de Vigor, Absorción, Dedicación e Ineficacia Académica, cuyo extremo negativo se relacionaba con bajo engagement y altos niveles de burnout, ineficacia académica, depresión y de ansiedad rasgo.

En Colombia, Estrada, De la Cruz, Bahamón, Pérez y Cáceres (2017) en su investigación titulada “Burnout académico y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios”. Su objetivo principal fue analizar las relaciones entre características sociodemográficas, burnout académico y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. El estudio se llevó a cabo siguiendo un enfoque cuantitativo y un tipo de investigación descriptivo-correlacional. La muestra estuvo compuesta por 452 universitarios. Los instrumentos utilizados fueron la escala unidimensional de Burnout Estudiantil (EUBE) y la escala de bienestar psicológico (BIPSI). Dentro de los resultados se encontró que la incidencia de burnout académico en estudiantes es del 10,67% en niveles moderados, estableciendo una relación negativa débil entre el burnout y el bienestar psicológico.

En Argentina, Rodríguez (2018) en su tesis titulada: “Inteligencia emocional y fortalezas y virtudes del carácter en estudiantes universitarios”. El objetivo de esta investigación fue analizar la relación entre la inteligencia emocional y las fortalezas y virtudes del carácter en estudiantes universitarios. El diseño de esta investigación fue de tipo no experimental, de corte transversal; tipo de estudio descriptivo- correlacional. Se recolectó una muestra no probabilística de tipo incidental de 400 estudiantes universitarios, se les administró un cuestionario sociodemográfico, el Inventario de Fortalezas y Virtudes del Carácter (IVyF) y el Trait-Meta Mood Scale (TMMS-24). Los resultados demostraron una relación significativa positiva entre las variables y entre estos, con las diferentes variables sociodemográficas planteadas.

En Honduras, García (2018) en su tesis titulada: “Prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes que cursan el cuarto año de la licenciatura en enfermería en la facultad de ciencias médicas de la universidad nacional autónoma de Honduras”. El objetivo planteado fue

determinar la prevalencia del síndrome de Burnout en estudiantes que cursan el cuarto año de la Licenciatura en Enfermería en la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional Autónoma de Honduras. El Diseño Metodológico, fue descriptivo de corte transversal, la muestra estuvo conformada por 120 estudiantes que cursan el cuarto año de la licenciatura en enfermería, de octubre – noviembre 2017. La técnica utilizada fue la aplicación directa de dos cuestionarios, en el primero se recolectaron los datos socio demográficos seguidos de la segunda parte que fue el cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI). En Cuanto a los resultados, el 74.17% pertenecían al grupo etario de 20-25 años, siendo el 94.07% del sexo femenino, en su mayoría procedían de la zona urbana, en un 66% de los casos. Así mismo un 78.33% su estado civil es solteros, en relación al número de hijos un 76.19% si tienen un hijo, el 95.83% su ocupación es ser estudiante y obtienen sus fondos de manutención menor a un salario mínimo que corresponde al 63.33%. en relación a las dimensiones de “Agotamiento Emocional”, el 78.3% su nivel afectado fue el bajo, en la “Despersonalización” predominó igual el nivel bajo con 70.8% y en la “Realización Personal” el nivel fue alto en un 48.3%.

Antecedentes nacionales

Masgo (2017) en su tesis titulada: Inteligencia emocional y el síndrome de Burnout en los estudiantes del X ciclo, en donde como objetivo general se propuso determinar la relación que existe entre la Inteligencia Emocional y el Síndrome de Burnout en los estudiantes del X ciclo de la Facultad de Ingeniería Mecánica de la Universidad Nacional de Ingeniería 2016. El tipo de estudio fue básica, enmarcado en el Enfoque Cuantitativo. Se trabajó con el método hipotético deductivo. El diseño fue Descriptivo correlacional, la muestra de estudio estuvo conformada por 127 estudiantes. Los instrumentos aplicados fueron el: EQ-I Barón Inventario de Cociente Emocional y Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil. Los resultados

obtenidos fueron: Que con un coeficiente de correlación inversa rho Spearman = $-,755$ y un valor $p = 0,000$ menor al nivel de $0,05$, se rechazó la hipótesis nula confirmando que la Inteligencia Emocional se encuentra relacionada de manera inversa con el Síndrome de Burnout en los estudiantes del X ciclo de la Facultad de Ingeniería Mecánica de la Universidad Nacional de Ingeniería 2016, cabe precisar que existe una alta relación.

Carbajal (2017) en su investigación titulada: Inteligencia emocional y estrés laboral en el personal asistencial de Enfermería del Departamento de Medicina del Centro Médico Naval Cirujano Mayor Santiago Távara 2017. El objetivo de la investigación fue determinar la relación que existe entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Laboral del personal de enfermería del Centro Medico Naval. Metodológicamente, la investigación es de tipo básica, de diseño no experimental, transversal de nivel correlacional. La muestra estuvo conformada por 90 enfermeras que laboran en el Departamento de Medicina del Centro Medico Naval. Los instrumentos que se aplicaron fueron: TMMS-24 y THE NURSING STRESS SCALE. Los resultados de la investigación demostraron que existe relación negativa y baja entre la Inteligencia Emocional y estrés laboral en el personal asistencial de enfermería del Centro Medico Naval. (Rho de Spearman = $-0,276$) siendo ésta una correlación moderada entre las variables.

Vilca (2018) en su investigación titulada: Relación del Síndrome de Burnout con la Inteligencia Emocional en alumnos del IX semestre de la Clínica odontológica de la Universidad Católica de Santa María 2018. El objetivo general fue determinar la relación del Síndrome de Burnout con la Inteligencia Emocional en los alumnos del IX semestre de la Clínica odontológica de la Universidad Católica de Santa María. El Diseño Metodológico, fue descriptivo de corte transversal, la muestra estuvo conformada por 77 alumnos, Los

instrumentos utilizados fueron el Inventario de BarOn (I-CE) y para conocer el nivel de Síndrome de Burnout se aplicó el Cuestionario de Maslach (MBI). Los resultados revelaron que la mayoría de alumnos del IX semestre de la Clínica Odontológica de la UCSM no presentan Síndrome de Burnout, solo el 5.2% de ellos lo padece. En relación a la Inteligencia Emocional solo el 9.1% de los alumnos tienen Inteligencia Emocional baja, mientras que un gran porcentaje el 76.6% tienen Inteligencia Emocional promedio, alta y muy alta. Se concluyó que según la prueba de Chi cuadrado, sí existe una relación estadística significativa ($P < 0.05$) entre la Inteligencia Emocional y el Síndrome de Burnout, lo cual evidencia que a mayor nivel de Inteligencia Emocional menos estrés presentan los alumnos.

Chucos (2017), en su investigación titulada: Agotamiento profesional, inteligencia emocional y salud percibida en profesionales de enfermería del Centro Médico Naval 2016. En donde se tuvo como objetivo, analizar la relación entre el agotamiento profesional, inteligencia emocional y la salud percibida por el profesional de Enfermería del Centro Médico Naval “Cirujano Mayor Santiago Távara” 2016. La metodología es cuantitativa de alcance correlacional, responde al método deductivo, el diseño es no experimental, corte transversal. La muestra estuvo conformada por 92 enfermeras. Los instrumentos utilizados fueron (MBI-HSS), que mide el agotamiento profesional, la escala TMMS-24 para medir la inteligencia emocional y la escala de Goldberg (GHQ-28) para medir la salud percibida. Los resultados siguientes, se pudo establecer que existe correlación positiva normal y directa ($r = 0.216$, $p \leq 0.05$) entre la dimensión agotamiento emocional y la salud percibida en los profesionales de enfermería del Centro Medico Naval 2016. Por lo que se concluyó que a mayor puntaje en el agotamiento emocional menor es la salud percibida por parte de las encuestadas.

Requena (2019) “Inteligencia emocional y síndrome de burnout en trabajadores del centro de salud San Juan de Miraflores”. El objetivo de dicha investigación fue determinar los efectos que provocan las dimensiones de Inteligencia Emocional sobre la dimensión del síndrome de burnout en trabajadores del Centro de Salud San Juan de Miraflores. El tipo de investigación es cuantitativa de diseño descriptivo correlacional, la población estuvo conformada por 103 trabajadores administrativos y asistenciales a los cuales se les aplicó el TMMS -24 y el MBI-HHSS, ambos instrumentos estandarizados en el Perú. Los resultados de la investigación reflejan que la dimensión atención y claridad de la inteligencia emocional provocan efectos principales sobre la despersonalización del síndrome de burnout, además, la interacción entre claridad y tiempo de trabajo provocan efectos secundarios sobre la despersonalización. Se concluyó que los trabajadores presentan poca ‘atención’ y adecuada ‘claridad y reparación’ con respecto a la inteligencia emocional y con relación al síndrome de burnout los trabajadores presentan poco cansancio emocional y despersonalización y una adecuada realización personal.

Definiciones conceptuales

Inteligencia Emocional

Definición

Salovey y Mayer (1990) la define como la capacidad para controlar y regular los sentimientos y emociones propios y de los demás, conllevando a una adecuada filtración de los pensamientos y orientación de las acciones del sujeto. De igual forma, Goleman (1995) refiere la inteligencia emocional como la capacidad de motivarse a uno mismo, persistir a pesar de las posibles frustraciones, controlar los impulsos, diferir las gratificaciones, regular los propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera en las facultades racionales y la

capacidad de empatizar y confiar en los demás. De tal manera, Goleman aclara que la inteligencia emocional no significa dar rienda suelta a los sentimientos y emociones propias, reflejando las intimidades, sino, se refiere a la capacidad de manejar las emociones adecuadamente (Goleman, 1999). También, Bar-On (1997) indicó que la inteligencia emocional es: “una variedad de actitudes, competencias y habilidades no cognoscitivas que influyen en la capacidad de un individuo para lograr el éxito en su manejo de exigencias y profesiones del entorno” (p.63).

Dimensiones

Para (Salovey y Mayer 1980, citado por Huaccha 2016) “la atención emocional, es la capacidad de sentir y expresar los sentimientos adecuadamente. La claridad emocional, conceptualizada como la capacidad para comprender adecuadamente los estados emocionales y la reparación emocional tiene la finalidad regular los estados emocionales adecuadamente” (p 22).

Síndrome de Burnout

Definición

Maslach y Jackson (1981) define al síndrome de Burnout como “el conjunto de síntomas referidos al agotamiento y la fatiga presentes en trabajadores cuyas labores requieren de constante contacto con otras personas. Aquello repercute en un bajo rendimiento y la disminución de la calidad del servicio profesional” (p. 99). Además, en este siglo XXI, Delgado (2011) define al “burnout” como “sentirse quemado, agotado, sobrecargado, exhausto que se evidencia en aquellas personas que están en constante estrés laboral pues el modo de relacionarse con el personal para el que laboran genera conflictos haciendo notorio la existencia de un problema” (p, 13).

Dimensiones

Según Maslach y Jackson 1981, citado por Requena (2019), menciona que: las dimensiones del burnout son: agotamiento emocional; evidenciando cansancio, fatiga, pérdida de energía. Seguidamente la despersonalización, la que se define como una respuesta negativa de auto-protección ante la desilusión y el agotamiento mediante el aislamiento; y finalmente contrarrestando a las dos dimensiones anteriores, la realización personal, traducida como sentimientos de competencia, eficacia y productividad en el desempeño laboral (p. 22).

1.2 Formulación del problema.

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación que existe entre Inteligencia Emocional y las dimensiones de Burnout Académico en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019?

1.2.2. Problema específicos

A. ¿Cuál es la relación que existe entre Inteligencia Emocional y la dimensión Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019?

B. ¿Cuál es la relación que existe entre Inteligencia Emocional y la dimensión Despersonalización en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019?

C. ¿Cuál es la relación que existe entre Inteligencia Emocional y la dimensión Realización Personal en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019?

1.3 Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación que existe entre Inteligencia Emocional y las dimensiones de Burnout Académico en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

1.3.2. Objetivo específico

A. Identificar la relación que existe entre Inteligencia Emocional y la dimensión Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

B. Identificar la relación que existe entre Inteligencia Emocional y la dimensión Despersonalización en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

C. Identificar la relación que existe entre Inteligencia Emocional y la dimensión Realización Personal en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

1.4 Hipótesis

1.4.1. Hipótesis general

H0 No existe relación entre Inteligencia Emocional y las dimensiones de Burnout Académico en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

H1 Si existe relación entre Inteligencia Emocional y las dimensiones de Burnout Académico en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

1.4.2. Hipótesis específica

A. H0 No existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

H1 Si existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019

B. H0 No existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Despersonalización en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

H1 Si existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Despersonalización en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

C. H0 No existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Realización Personal en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

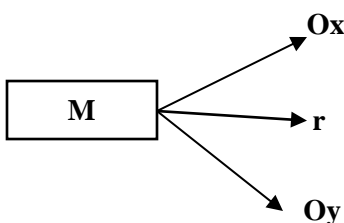
H1 Si existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Realización Personal en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

2.1. Tipo de investigación

Según Hernández (2014) el enfoque de la investigación es cuantitativo, de diseño no experimental, tipo transversal-correlacional, este tipo de estudios tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto particular. En ocasiones sólo se analiza la relación entre dos variables, pero con frecuencia se ubican en el estudio vínculos entre tres, cuatro o más variables (p.160).

Del mismo modo el diseño utilizado fue el descriptivo correlacional. Se eligió este diseño, por cuanto está interesado en “la determinación del grado de relación existente entre dos o más variables de interés en una misma muestra de sujetos o el grado de relación existente entre dos fenómenos o eventos observados” (Sánchez y Reyes, 2006, citado por Infantes, 2017). El diagrama del diseño correlacional es el siguiente.



Leyenda

M: Estudiantes Universitarios de la carrera de enfermería.

X: Inteligencia Emocional.

Y: Burnout Académico.

r: Correlación entre variables.

2.2. Población y muestra (Materiales, instrumentos y métodos)

2.2.1 Unidad de estudio

La unidad de análisis hace referencia a cada una de las entidades a la cual se refiere un dato determinado en un instante dado, respecto a una característica en estudio.

Cada estudiante universitario de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

2.2.2. Población

3000 estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

2.2.3. Muestra

Un total 562 estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

El tipo de muestreo es no probabilístico, realizándose un muestreo aleatorio simple para población finita; para ello se recurrió a la fórmula Cochran utilizando un nivel de confianza del 95% ($z=1.96$) y con un margen de error de 0.05.

$$n = \frac{N \cdot Z^2 (p \cdot q)}{(N - 1)E^2 + Z^2(p \cdot q)}$$

En donde:

- N : Población (3000)
- Z : Nivel de confianza (95%: 1.96)
- P : Probabilidad de éxito (0.5)
- q : Probabilidad de fracaso (0.5)
- E : Error estándar (0.05)

Remplazando:

$$n = \frac{3000^2 \times 1.96^2 (0.5 \times 0.5)}{2999 \times 0.05^2 + 1.96^2 (0.5 \times 0.5)}$$

Respecto a los criterios de inclusión y exclusión de la muestra representativa:

Inclusión

Estudiantes universitarios de sexo femenino y masculino que estudian las carreras de: psicología, enfermería, obstetricia, nutrición y terapia física y rehabilitación.

Estudiantes que deseen participar del estudio y que, además, firmen el consentimiento informado.

Exclusión

Estudiantes universitarios que invalidan el cuestionario al no responder adecuadamente (marcar doble o dejar de contestar una alternativa).

No fueron incluidos en la investigación los estudiantes que no desearon participar.

No fueron incluidos en la investigación los estudiantes que no firmaron el consentimiento informado.

A continuación, se detalla a través de tablas, las características sociodemográficas de la muestra de estudio:

Tabla 1
Característica sociodemográfica según carrera

Variable	Categoría	<i>f</i>	%
Carrera	Psicología	131	23,3
	Enfermería	85	15,1
	Obstetricia	176	31,3
	Nutrición	70	12,5
	Terapia Física y R.	100	17,8
Total		562	100,0

Nota. Se observa las muestras representativas de las 5 carreras de ciencias de la salud, en donde en la carrera de obstetricia se encuestó a un mayor número de estudiantes (176) y en la carrera de nutrición se encuestó a 70 estudiantes, con el menor número en comparación a las demás carreras.

Tabla 2
Característica sociodemográfica de la muestra por ciclos

Variable	Categoría	<i>f</i>	%
Ciclo	1	42	7,5
	2	33	5,9
	3	80	14,2
	4	57	10,1
	5	119	21,2
	6	64	11,4
	7	58	10,3
	8	66	11,7
	9	37	6,6
	10	6	1,1
Total		562	100,0

Nota. Según la muestra, el 5^{to} ciclo representa un mayor número de estudiantes encuestados con 119, seguido por el 3^{er} ciclo con 80 estudiantes encuestados, mientras que en el 10^{mo} ciclo solo se encuestaron a 6 estudiantes.

Tabla 3
Característica sociodemográfica por edad

Variable	Categoría	<i>f</i>	%
Edad	16	2	0,4
	17	17	3,0
	18	55	9,8
	19	98	17,4
	20	93	16,5
	21	93	16,5
	22	60	10,7
	23	49	8,7
	24	25	4,4
	25	25	4,4
	26	10	1,8
	27	7	1,2
	28	7	1,2
	29	3	0,5
	30	4	0,7
	31	6	1,1
	32	1	0,2
	33	3	0,5
	34	2	0,4
	35	1	0,2
	36	1	0,2
Total		562	100,0

Nota. La mayor parte de la muestra presenta la edad de 19 años, 98 estudiantes tienen esa edad; seguida de 93 estudiantes con 20 años, y también 93 estudiantes con 21 años. Por el contrario, con la edad de 33, 34 y 35 años representan una cantidad mínima.

Tabla 4
Característica sociodemográfica por sexo

Variable	Categoría	<i>f</i>	%
Sexo	Masculino	99	17,6
	Femenino	463	82,4
Total		562	100,0

Nota. Se observa que, del sexo femenino participaron del estudio 463 estudiantes, que representan un 82,3% del total, y en una menor cantidad 99 estudiantes del sexo masculino, con un 17,6%.

Tabla 5
Característica sociodemográfica según estado civil

Variable	Categoría	<i>f</i>	%
Estado Civil	Soltero	535	95,2
	Casado	27	4,8
Total		562	100,0

Nota. En la muestra, el estado civil de un 95,2% es soltero(a) y un 4,8% es casado (a).

Tabla 6
Característica sociodemográfica señalando si tienen hijos, o no

Variable	Categoría	<i>f</i>	%
Si tiene hijos o no	Si tiene hijos	43	7,7
	No tiene hijos	519	92,3
Total		562	100,0

Nota. El 7,7 % tiene hijos, frente a un 92,3% que afirma que no tiene hijos.

Tabla 7
Característica sociodemográfica por el número de hijos

Variable	Categoría	<i>f</i>	%
Número de hijos	0 Hijos	518	92,2
	1 Hijo	31	5,5
	2 Hijos	10	1,8
	3 Hijos	3	0,5
Total		562	100,0

Nota. Según las características de la muestra, el 92,2% no tiene hijos, 5,5% sólo tiene 1 hijo, 1,8% tiene 2 hijos y un 0,5% tiene 3 hijos.

Tabla 8
Características sociodemográficas mencionando si trabaja, o no

Variable	Categoría	<i>f</i>	%
¿Trabaja?	Si	230	40,9
	No	332	59,1
	Total	562	100,0

Nota. Se observa que los estudiantes que trabajan son 230, representando a un 40,9% y los estudiantes que no trabajan son 332, con un 59,1% del total.

Tabla 9
Característica de la muestra mencionando si ha estudiado una carrera antes

Variable	Categoría	<i>f</i>	%
¿Carrera antes?	Si	125	22,2
	No	437	77,8
Total	Total	562	100,0

Nota. Los estudiantes que trabajan son 22,2 % y los que no trabajan representan un 77,8% del total.

2.3 Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

2.3.1 Técnicas

Las técnicas que se emplearon en el estudio de investigación fueron las encuestas, puesto que se efectuaron interrogantes en forma escrita correspondientes a los instrumentos de evaluación, los cuales fueron aplicados a la muestra con la finalidad de recolectar datos y obtener información para cumplir con los objetivos de la investigación correlacional.

2.3.2 Instrumentos

Los instrumentos utilizados fueron los cuestionarios, el TMMS-24 (Trait Meta Mood Scale), que es un cuestionario que consta de 24 ítems, que mide inteligencia emocional (IE), y el cuestionario M.B.I (Maslach Burnout Inventory), que mide síndrome de burnout.

2.3.2.1. Escala Rasgo de Metaconocimientos sobre Estados Emocionales (TMMS-24)**Ficha técnica**

Nombre	Escala Rasgo de Metaconocimientos sobre Estados Emocionales (TMMS-24)
Autor	Salovey y Mayer
Año	1995
Procedencia	Massachusetts, EE. UU
Adaptación	Fernández, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004), en España
Administración	Individual y colectivo
Tiempo de aplicación	5 a 10 min.
Puntuación	Una puntuación máxima de 5 puntos por respuesta
Calificación	Manual
Total de ítems	24 ítems divididos en 3 dimensiones

El TMMS - 48 es un instrumento creado por Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai en 1995 y estuvo integrado por 48 ítems, tiene como finalidad conseguir un índice que evalúe el conocimiento de cada persona sobre sus estados emocionales; basado en sus tres dimensiones: atención, claridad y reparación. La TMMS mostró una consistencia interna en las tres escalas que la componen: atención ($\alpha = .86$) claridad ($\alpha = .87$) y reparación ($\alpha = .72$).

En el 2004, Extremera, Fernández-Berrocal y Ramos realizaron una versión reducida en español y la denominaron (TMMS – 24) pues contó con 24 ítems, las respuestas siguieron organizadas en escala Likert que va desde 1 (nada de acuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). Las propiedades psicométricas de esta versión fueron altas, la fiabilidad de atención fue de .90, de claridad .90 y de reparación .86 y la validez test-retest fue adecuada.

Gamboa (2017) realizó la validación del TMMS -24 en el Perú por juicio de expertos e indicaron que es aplicable ya que el instrumento cumple con la pertinencia, relevancia y claridad, además la fiabilidad mediante el alfa de Cronbach fue de .776.

Tabla 10
Ítems para cada dimensión

Dimensión	Ítems
Atención	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8
Claridad	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16
Reparación	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24

Nota. El instrumento TMMS-24 consta de tres dimensiones, la primera dimensión es atención emocional, compuesta por 8 ítems (del ítem 1 al 8), dentro de la segunda dimensión está conformada por claridad emocional, que consta de 8 ítems (del ítem 9 al 16); la tercera dimensión se conforma por reparación emocional que consta de 8 ítems (del ítem 17 al 24).

Tabla 11
Baremos del TMMS-24

Índice de Inteligencia Emocional	
Nivel	Puntaje
Alto	88-120
Medio	56-87
Bajo	24-55

Nota. Los puntajes que se observan corresponde a los baremos del instrumento TMMS-24 que mide inteligencia emocional. Los baremos indican tres niveles, un nivel bajo, con los intervalos [24-55], un nivel medio, con los intervalos [56-87] y un nivel alto, con los intervalos [88-120].

En la presente investigación se analizó la confiabilidad, mediante el índice de consistencia interna alfa de Cronbach, para todos los ítems del TMMS-24 y para sus dimensiones.

Tabla 12
Consistencia interna para el TMMS-24

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,890	,892	24

Nota. Se analizaron los 24 ítems del instrumento TMMS-24, con el programa estadístico SPSS-25. En donde el resultado de la consistencia interna es de un Coeficiente de Alfa de Cronbach de ,890.

Tabla 13

Consistencia interna para la dimensión Atención Emocional

Alfa de Cronbach basada en elementos		
Alfa de Cronbach	estandarizados	N de elementos
,846	,850	8

Nota. Se analizaron 8 ítems de la dimensión Atención Emocional, con el programa estadístico SPSS-25. En donde el resultado de la consistencia interna es de un Coeficiente de Alfa de Cronbach de ,846.

Tabla 14

Consistencia interna para la dimensión Claridad Emocional

Alfa de Cronbach basada en elementos		
Alfa de Cronbach	estandarizados	N de elementos
,885	,886	8

Nota. Se analizaron 8 ítems de la dimensión Claridad Emocional, con el programa estadístico SPSS-25. En donde el resultado de la consistencia interna es de un Coeficiente de Alfa de Cronbach de ,885.

Tabla 15

Consistencia interna para la dimensión Reparación Emocional

Alfa de Cronbach basada en elementos		
Alfa de Cronbach	estandarizados	N de elementos
,866	,865	8

Nota. Se analizaron 8 ítems de la dimensión Reparación Emocional, con el programa estadístico SPSS-25. En donde el resultado de la consistencia interna es de un Coeficiente de Alfa de Cronbach de ,866.

2.3.2.2. Inventario de Burnout de Maslach (M.B.I)**Ficha técnica**

Nombre original	Inventario de Burnout de Maslach (M.B.I)
Autor	Cristina Maslach y Jackson
Año	1981
Procedencia	California, EE.UU
Versiones	La primera versión fue desarrollada en 1981 y la segunda en 1986
Traducción	Gill-Monte, P. y Peiró JM. (1997)
Adaptación	Pérez (2012) Universitarios chilenos
Aplicación	Individual y colectiva
Duración	5 y 10 min.
Calificación	Manual
Puntuación	Por cada respuesta el puntaje máximo es 6
Total de ítems	22 ítems divididos en 3 subáreas

El cuestionario Inventario de Burnout de Maslach (MBI) – HS, fue creado por Maslach y Jackson en 1981 con el objetivo de diferenciar y medir tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal en el trabajo, que se consideran fundamentales para el diagnóstico de Burnout, los puntajes son de tipo Likert, y evalúan la frecuencia con que se presentan los ítems que van desde 0 (nunca) hasta 6 (todos los días).

Tabla 16
Ítems para cada dimensión

Dimensiones	Ítems
Agotamiento emocional	1, 2, 3, 8, 13, 14 y 20
Despersonalización	5, 6, 10, 11, 15, 16, 22
Realización personal	4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21

Nota. El instrumento MBI, consta de tres dimensiones, la primera dimensión es Agotamiento Emocional, compuesta por 7 ítems, la segunda dimensión está conformada por Despersonalización, que consta de 7 ítems; la tercera dimensión se conforma por Realización Personal que consta de 8 ítems. Existe un total de 22 ítems no aleatorios.

Tabla 17
Baremos del MBI

Niveles	Agotamiento Emocional	Despersonalización	Realización personal
Bajo	0-12	0-5	0-8
Medio	13-22	6-15	9-18
Alto	≥ 23	≥ 16	≥ 19

Nota. Los puntajes que se observan corresponde a los baremos del instrumento MBI que mide Burnout Académico. Por cada dimensión se observan niveles, ya sea bajo, medio o alto según puntajes.

En la versión original del MBI, la confiabilidad y validez fueron elevadas para sus tres dimensiones, para la validez se utilizó el análisis factorial exploratorio y se obtuvo 3 dimensiones que explican el 41% de la varianza total; para la confiabilidad se halló que la consistencia interna de todos los ítems fue de .80 y por dimensiones el alfa de Cronbach fue de .90 para cansancio emocional, .79 para despersonalización y .71 para realización personal. Por otra parte, el MBI-HSS ha sido adaptado a la lengua española por Seisdodos (1997 en Tavera 2011) y en el Perú, la adaptación fue realizada por Llaja et al. (2007) que obtuvo un índice de confiabilidad de .80 para

el agotamiento emocional, de .81 para la despersonalización y de .72 para la realización personal.

Con respecto a la validez, el análisis factorial exploratorio arrojó una estructura tridimensional, en la cual el agotamiento emocional explicaba el 21.55% de la varianza, la despersonalización el 6% y la realización personal el 11.9%.

En el Perú, Santivañez (2016) analizó la confiabilidad mediante el índice alfa de Cronbach encontrando en la dimensión de agotamiento emocional un alfa de .88 fue la más elevada seguida por la dimensión de realización personal con un valor de .70 y la dimensión de despersonalización con .79.

En la presente investigación se analizó la confiabilidad, mediante el índice de consistencia interna alfa de Cronbach, para todos los ítems del MBI y para sus dimensiones.

Tabla 18
Consistencia interna del inventario MBI

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,753	,744	22

Nota. Se analizaron los 22 ítems del instrumento MBI, con el programa estadístico SPSS-25. En donde el resultado de la consistencia interna es de un Coeficiente de Alfa de Cronbach de ,753.

Tabla 19

Consistencia interna de la dimensión Agotamiento Emocional

Alfa de Cronbach basada en elementos		
Alfa de Cronbach	estandarizados	N de elementos
,798	,803	7

Nota. Se analizaron 7 ítems de la dimensión Agotamiento Emocional, con el programa estadístico SPSS-25. En donde el resultado de la consistencia interna es de un Coeficiente de Alfa de Cronbach de ,798.

Tabla 20

Consistencia interna de la dimensión Despersonalización

Alfa de Cronbach basada en elementos		
Alfa de Cronbach	estandarizados	N de elementos
,878	,879	7

Nota. Se analizaron 7 ítems de la dimensión Despersonalización, con el programa estadístico SPSS-25. En donde el resultado de la consistencia interna es de un Coeficiente de Alfa de Cronbach de ,878.

Tabla 21

Consistencia interna de la dimensión Realización Personal

Alfa de Cronbach basada en elementos		
Alfa de Cronbach	estandarizados	N de elementos
,769	,771	8

Nota. Se analizaron 8 ítems de la dimensión Realización Personal, con el programa estadístico SPSS-25. En donde el resultado de la consistencia interna es de un Coeficiente de Alfa de Cronbach de ,769.

2.4. Procedimiento

2.4.1. Procedimiento de recolección de datos

La aplicación de los instrumentos se llevó a cabo en la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima 2019-1, una vez teniendo la autorización correspondiente de la directora y del decano de dicha facultad, se procedió con la aplicación, por cada salón, con el permiso del profesor de aula. Al momento de ingresar al salón de clases, el investigador se presentaba, mencionaba su nombre, la finalidad de dicho estudio, además del tiempo para la ejecución de los instrumentos. En la hoja N° 1, se presentaba el consentimiento informado, sintetizado y mencionando la finalidad de dicho estudio, seguidamente de un espacio para la firma del estudiante y la fecha, en la hoja N° 2, se presentaba la ficha de datos sociodemográficos, con 8 preguntas referentes a datos informativos del alumno.

En la hoja N° 3 se presentaba el primer instrumento: Trait Meta MoodScale (TMMS-24), que consta con 24 ítems para responder, donde las posibles respuestas contaban con un valor numérico, expresado con: 1=nada de acuerdo, 2=algo de acuerdo, 3=bastante de acuerdo, 4=muy de acuerdo y 5=totalmente de acuerdo. En la hoja N° 4, se presentaba al segundo instrumento: Inventario de Burnout de Maslach (MBI), que consta con 22 ítems para responder, donde las posibles respuestas contaban con un valor numérico, expresado con: 0= nunca, 1=pocas veces al año o menos, 2=una vez al mes o menos, 3=unas pocas veces al mes, 4=una vez a la semana, 5=pocas veces a la semana, 6=todos los días.

2.4.2. Tratamiento y análisis de datos.

La muestra total estuvo representada por 562 estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima 2019-1, de las carreras de psicología, enfermería, obstetricia, nutrición y terapia física y rehabilitación.

Posteriormente se creó una base de datos en el programa Excel versión 2016, para ello se construyó una tabla, distribuida con 58 columnas y 91 filas, cada fila tenía un nombre, (fila 1=De estudio, fila 2 Nombre=Número, fila 3 Nombre=Código, fila 4 Nombre=Carrera, fila 5 Nombre=ciclo, fila 6 Nombre=edad, fila 7 nombre=sexo, fila 8 Nombre=estado civil, fila 9 Nombre= Hijos, fila 10=número de hijos, fila 11 Nombre= trabaja, fila 12 Nombre=carrera antes. Seguidamente, para los 24 ítems del instrumento (TMMS-24), se crearon 24 filas (ie01; hasta ei24), además para el segundo instrumento (MBI), se crearon 22 filas (bo01, hasta bo22). Se codificó con un número, para cada dato sociodemográfico. Posteriormente se llenó cada columna con los datos de los 562 estudiantes universitarios.

Los datos de las variables se integran al programa estadístico informativo IBM SPSS-25, para ser procesado con la finalidad de evidenciar los resultados en frecuencia de porcentajes, gráficos, tablas para mostrar la relación de variables, media, rangos y poder ser interpretados de acuerdo a los objetivos planteados. Así mismo, para determinar el tipo de estadístico inferencial se procedió a utilizar la prueba de Kolmogorov – Smirnov para conocer el tipo de distribución de la muestra. En consecuencia, se obtuvo una distribución no normal y se usó el estadístico Rho de Spearman para hallar la relación entre las dos variables.

2.4.3. Aspectos éticos

Para realizar la investigación, se redactó una solicitud, dirigida al coordinador de la carrera profesional, de psicología, seguidamente otra solicitud dirigida a la directora de la Facultad de Ciencias de la Salud; con la finalidad que autorice el ingreso a los salones de clases, para la aplicación de los instrumentos utilizados en la investigación: “INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA FACULTAD DE

CIENCIAS DE LA SALUD DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA 2019”. La respuesta a dicha solicitud se la obtuvo a los 2 días.

Consecutivamente, se coordina con el profesor encargado de la hora de clase, que brinde al investigador, 20 minutos para poder explicar y aplicar los instrumentos de evaluación. El investigador se presenta ante los alumnos, menciona el título del estudio para que tengan el conocimiento acerca de los fines del mismo y se les recalca que sus datos brindados son anónimos y la finalidad es única y exclusivamente para fines de investigación. Con ayuda de colaboradores se reparte el material, que cada juego consta de 4 hojas. Seguidamente se les pide a los alumnos que lean la primera hoja referente al consentimiento informado, en la parte final que escriban su firma y al costado la fecha. En la hoja dos se les explica el llenado de datos sociodemográficos. En la hoja 3 se explica las instrucciones del primer instrumento y finalmente en la hoja 4 el segundo instrumento. Se corrobora que los participantes llenen los datos sociodemográficos completos. Se les hace presente el agradecimiento por su participación y tiempo.

Teniendo en cuenta que el estudio es de enfoque cuantitativo y diseño no experimental, no existe la posibilidad de generar problemas o que los sujetos estudiados se vean afectados a nivel psicológico, físico o social. sin embargo se tiene mucho cuidado a la hora de llenar los datos y en la comunicación resultados.

CAPÍTULO III. RESULTADOS

3.1. Resultados descriptivos.

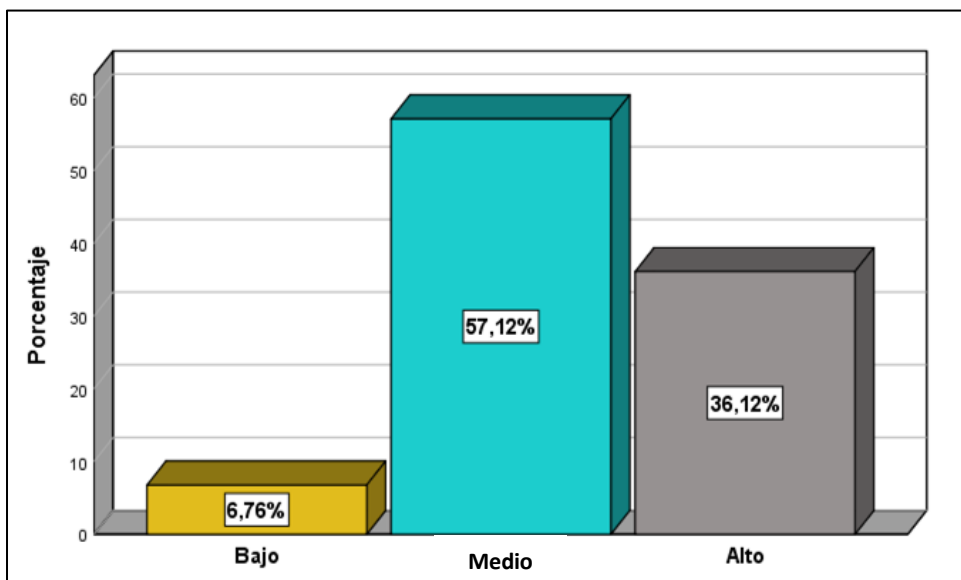
Tabla 22

Distribución de frecuencias de la Inteligencia Emocional

Niveles	<i>f</i>	%
Bajo	38	6,8
Medio	321	57,1
Alto	203	36,1
Total	562	100,0

Nota. Se observan los resultados descriptivos por niveles, frecuencia y porcentaje de la Inteligencia Emocional.

Los resultados descriptivos de la Inteligencia Emocional, señalan que, de la muestra de 562 estudiantes universitarios, un grupo de 38 encuestados presenta un nivel bajo, que a su vez representa el (6,8%), 321 encuestados se ubican en el nivel medio, representando a un (57,1%). Finalmente, 203 encuestados, se ubican dentro del nivel alto, con un (36,1%).



En la figura 1. Los resultados descriptivos de la Inteligencia Emocional, en estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias de la Salud, señalan que el (57.12%) obtiene un nivel medio; mientras que el (36.12%) está en un nivel alto y (6,67%) obtiene un nivel bajo.

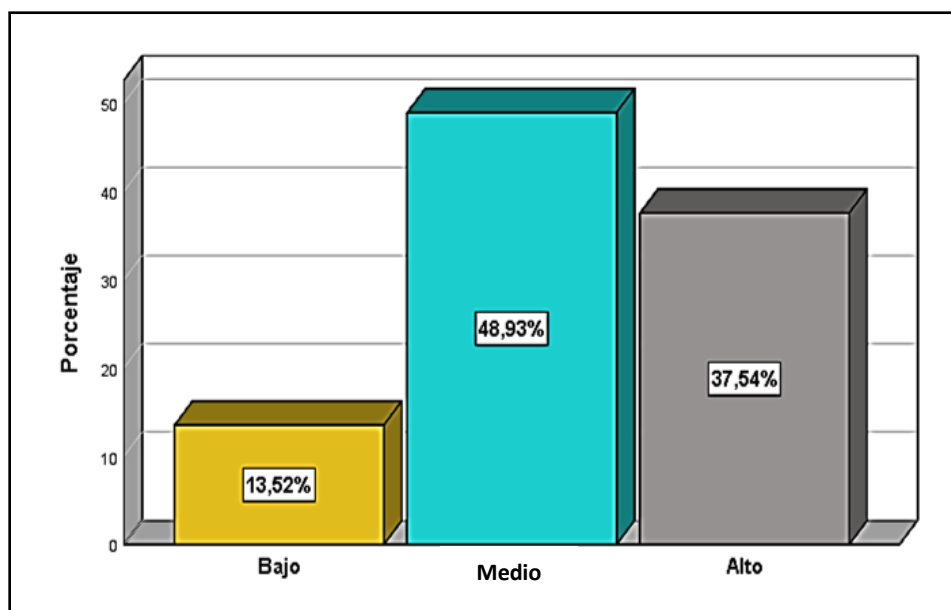
Tabla 23

Distribución de frecuencias de la dimensión Atención Emocional

Niveles	<i>f</i>	%
Bajo	76	13,5
Medio	275	48,9
Alto	211	37,5
Total	562	100,0

Nota. Se observan los resultados descriptivos por niveles, frecuencia y porcentaje de la dimensión Atención Emocional de la variable Inteligencia Emocional.

Los resultados descriptivos en la dimensión Atención Emocional, señalan que, de la muestra de 562 estudiantes universitarios, un grupo de 76 encuestados presenta un nivel bajo, que a su vez representa el (13,5%), 275 encuestados se ubican en el nivel medio, representando a un (48,9%). Finalmente, 211 encuestados, se ubican dentro del nivel alto, con un (37,5%).



En la figura 2. Los resultados descriptivos de la dimensión Atención Emocional, de la variable Inteligencia Emocional en estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias de la Salud, señalan que el (48.93%) obtiene un nivel medio; mientras que el (37.54%) está en un nivel alto y (13,52%) que obtiene un nivel es bajo.

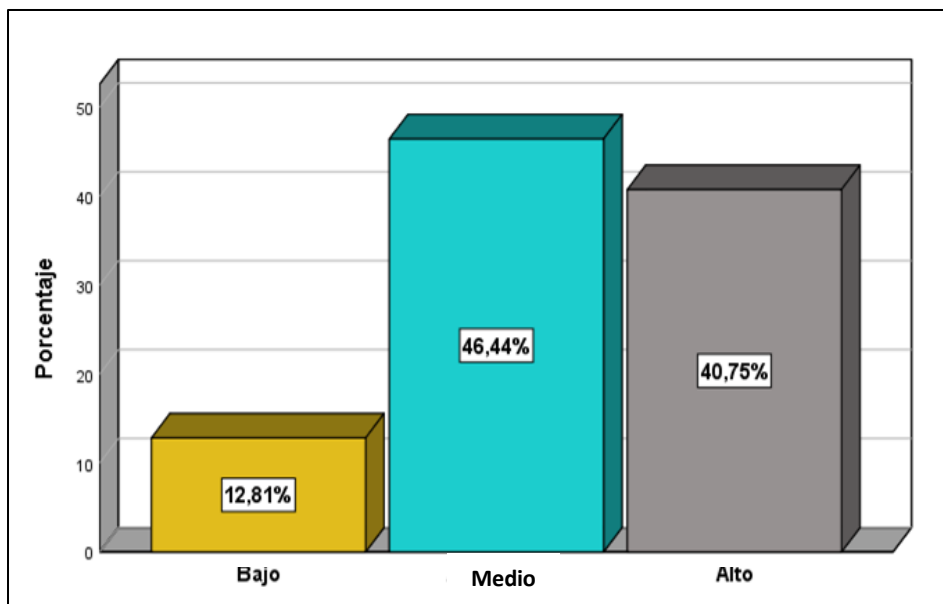
Tabla 24

Distribución de frecuencias de la dimensión Claridad Emocional

Niveles	<i>f</i>	%
Bajo	72	12,8
Medio	261	46,4
Alto	229	40,7
Total	562	100,0

Nota. Se observan los resultados descriptivos por niveles, frecuencia y porcentaje de la dimensión Claridad Emocional de la variable Inteligencia Emocional.

Los resultados descriptivos en la dimensión Claridad Emocional, señalan que, de la muestra de 562 estudiantes universitarios, un grupo de 72 encuestados presenta un nivel bajo, que a su vez representa el (12,8%), 261 encuestados se ubican en el nivel medio, representando a un (46,4%) del total. Finalmente, 229 encuestados, se ubican dentro del nivel alto, con un (40,7%).



En la figura 3. Con respecto a la dimensión Claridad Emocional, los resultados señalan que el (46.44%) se ubica dentro del nivel medio; así mismo, el (40,75%) obtiene un nivel alto, por último, el (12,81%) se ubica en un nivel bajo.

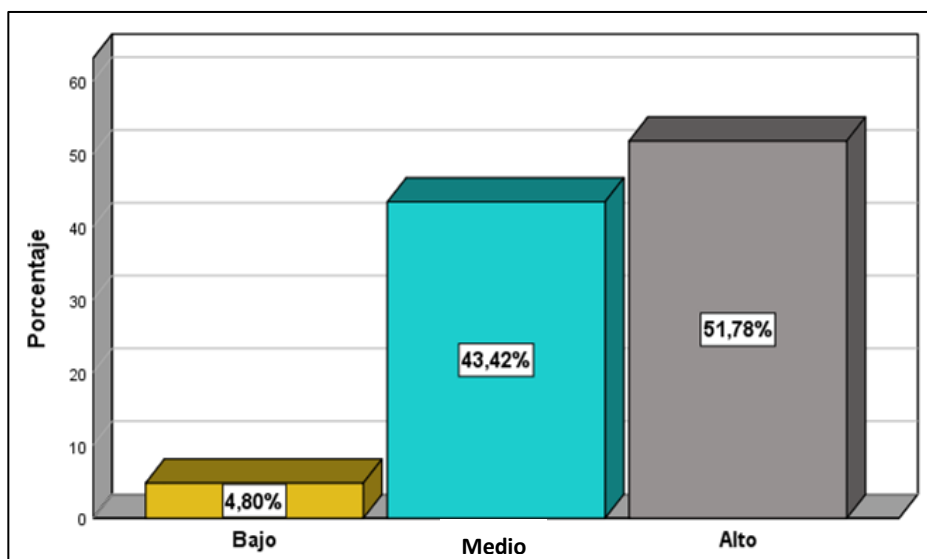
Tabla 25

Distribución de frecuencias de la dimensión Reparación Emocional

Niveles	<i>f</i>	%
Bajo	27	4,8
Medio	244	43,4
Alto	291	51,8
Total	562	100,0

Nota. Se observan los resultados descriptivos por niveles, frecuencia y porcentaje de la dimensión Reparación Emocional de la variable Inteligencia Emocional.

Los resultados descriptivos en la dimensión Reparación Emocional, señalan que, de la muestra de 562 estudiantes universitarios, un grupo de 27 encuestados presenta un nivel bajo, que a su vez representa el (4,8%), 244 encuestados se ubican en el nivel medio, representando a un (43,4%) del total. Finalmente, 291 encuestados se ubican dentro del nivel alto, con un (51,8%).



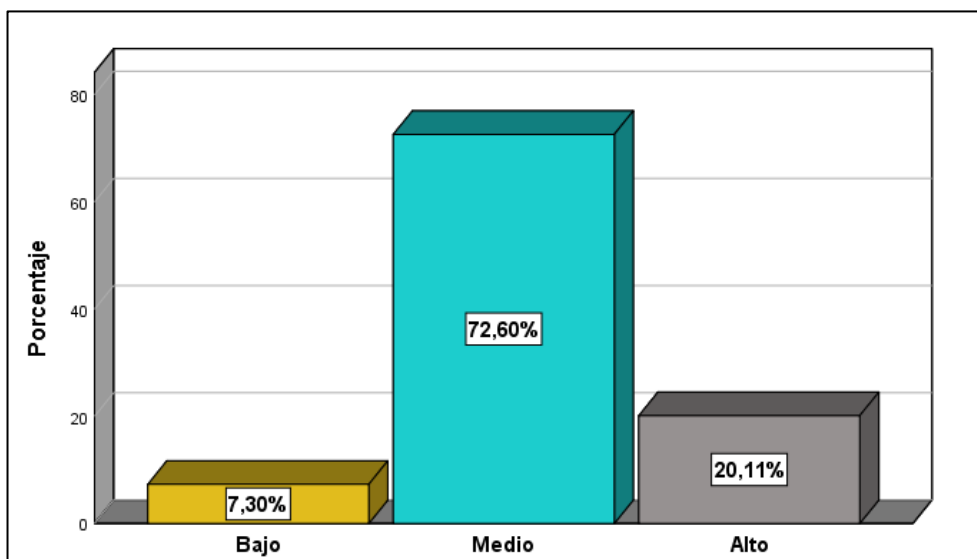
En la figura 4. Con respecto a la dimensión Reparación Emocional, los resultados señalan que el (43.44%) se ubica dentro del nivel medio; además, el (51,78%) obtiene un nivel alto, por último, el (4,80%) se ubica en un nivel bajo.

Tabla 26
Distribución de frecuencias del Burnout Académico

Niveles	<i>f</i>	%
Bajo	41	7,3
Medio	408	72,6
Alto	113	20,1
Total	562	100,0

Nota. Se observan los resultados descriptivos por niveles, frecuencia y porcentaje del Burnout Académico.

Los resultados descriptivos del Burnout Académico, señalan que, de la muestra de 562 estudiantes universitarios, un grupo de 41 encuestados presenta un nivel bajo, que a su vez representa el (7,3%), 408 encuestados se ubican en el nivel medio, representando a un (72,6%). Finalmente, 113 encuestados, se ubican dentro del nivel alto, con un (20,1%).



En la figura 5. Los resultados descriptivos del Burnout Académico, en estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias de la Salud, señalan que el (72.60%) obtiene un nivel medio; mientras que el (20,11%) está en un nivel alto y (7,30%) obtiene un nivel bajo.

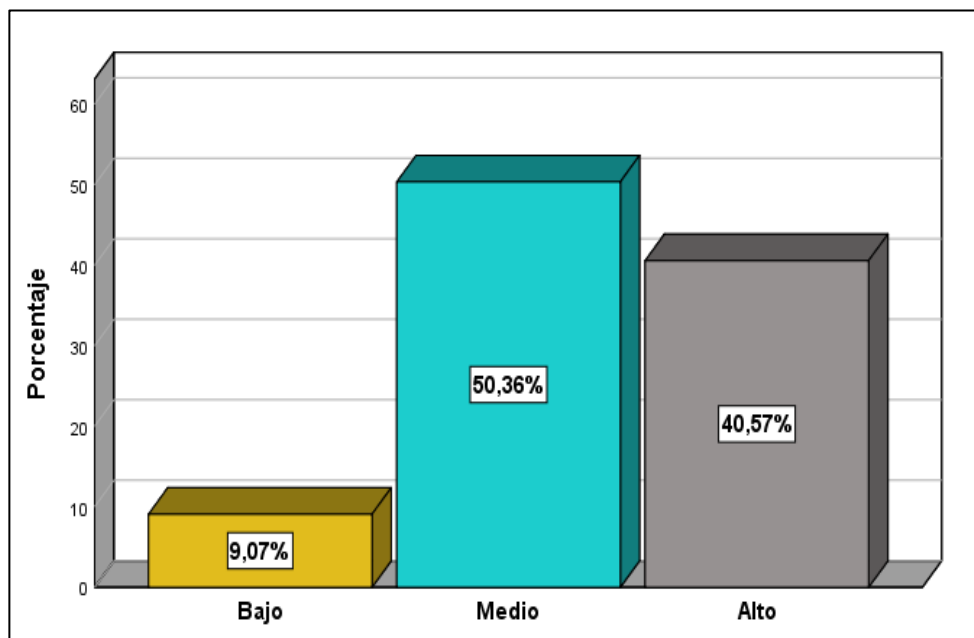
Tabla 27

Distribución de frecuencias de la dimensión Agotamiento Emocional

Niveles	<i>f</i>	%
Bajo	51	9,1
Medio	283	50,4
Alto	228	40,6
Total	562	100,0

Nota. Se observan los resultados descriptivos por niveles, frecuencia y porcentaje de la dimensión Agotamiento Emocional de la variable Burnout Académico.

Los resultados descriptivos en la dimensión Agotamiento Emocional, señalan que, de la muestra de 562 estudiantes universitarios, un grupo de 51 encuestados presenta un nivel bajo, que a su vez representa el (9,1%), 283 encuestados se ubican en el nivel medio, representando a un (50,4%) del total. Finalmente, 262 encuestados se ubican dentro del nivel alto, con un (40,6%).



En la figura 6. Con respecto a la dimensión Agotamiento Emocional, los resultados señalan que el (50,36%) se ubica dentro del nivel medio; además, el (40,57%) obtiene un nivel alto, por último, el (9,07%) se ubica en un nivel bajo.

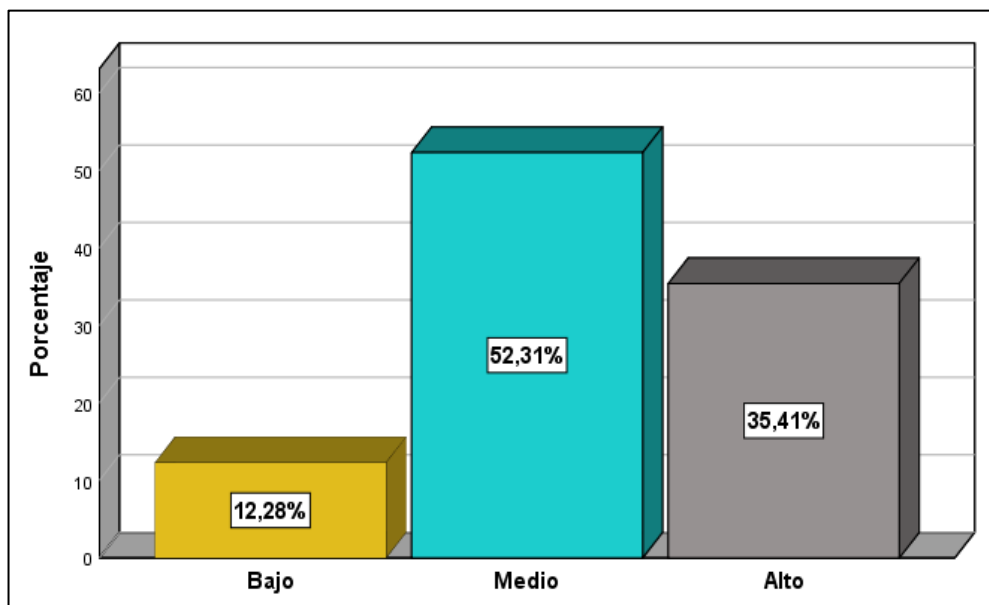
Tabla 28

Distribución de frecuencias de la dimensión Despersonalización

Niveles	<i>f</i>	%
Bajo	69	12,3
Medio	294	52,3
Alto	199	35,4
Total	562	100,0

Nota. Se observan los resultados descriptivos por niveles, frecuencia y porcentaje de la dimensión Despersonalización de la variable Burnout Académico.

Los resultados descriptivos en la dimensión Despersonalización, señalan que, de la muestra de 562 estudiantes universitarios, un grupo de 69 encuestados presenta un nivel bajo, que a su vez representa el (12,3%), 294 encuestados se ubican en el nivel medio, representando a un (52,3%) del total. Finalmente, 199 encuestados se ubican dentro del nivel alto, con un (35,4%).



En la figura 7. Con respecto a la dimensión Despersonalización, los resultados señalan que el (52.31%) se ubica dentro del nivel medio; además, el (35,41%) obtiene un nivel alto, por último, el (12,28%) se ubica en un nivel bajo.

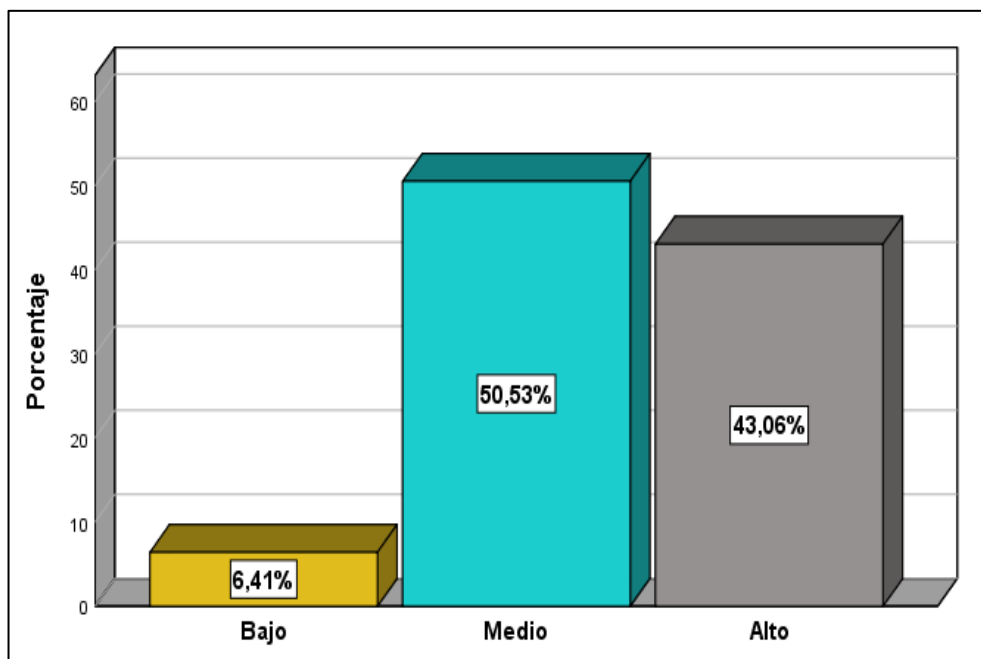
Tabla 29

Distribución de frecuencias de la dimensión Realización Personal

Niveles	<i>f</i>	%
Bajo	36	6,4
Medio	284	50,5
Alto	242	43,1
Total	562	100,0

Nota. Se observan los resultados descriptivos por niveles, frecuencia y porcentaje de la dimensión Despersonalización de la variable Burnout Académico.

Los resultados descriptivos en la dimensión Realización Personal, señalan que, de la muestra de 562 estudiantes universitarios, un grupo de 36 encuestados presenta un nivel bajo, que a su vez representa el (6,4%), 284 encuestados se ubican en el nivel medio, representando a un (50,5%) del total. Finalmente, 242 encuestados se ubican dentro del nivel alto, con un (43,1%).



En la figura 8. Con respecto a la dimensión Realización Personal, los resultados señalan que el (50.53%) se ubica dentro del nivel medio; además, el (43,06%) obtiene un nivel alto, por último, el (6,41%) se ubica en un nivel bajo.

3.2. Análisis inferencial

Hipótesis general

H0: No existe relación entre Inteligencia Emocional y las dimensiones de Burnout Académico en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

H1: Existe relación entre Inteligencia Emocional y las dimensiones de Burnout Académico en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

Tabla 1
Correlación entre Inteligencia Emocional y Burnout Académico

			Inteligencia Emocional	Burnout Académico
Rho de Spearman	Inteligencia Emocional	Coeficiente de correlación	1,000	-,601**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	562	562
	Burnout Académico	Coeficiente de correlación	-,601**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	562	562

Nota. Si $p < 0,05$; se acepta hipótesis alternativa, y si $p \geq 0,05$; se acepta hipótesis nula.

Interpretación

Se observa los resultados del análisis estadístico, que dan cuenta de la existencia de una relación ($r = -,601$) entre las variables Inteligencia Emocional y las dimensiones de Burnout Académico, resultados que indican que existe una relación negativa y moderada.

La significancia de ($p=0,000 \leq 0,05$), lo que permite afirmar que la relación es significativa, en consecuencia, se rechaza hipótesis nula y se acepta hipótesis alternativa. Es decir, existe relación significativa e inversa entre Inteligencia Emocional y las dimensiones de Burnout Académico en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019. Es decir, a mayor Inteligencia Emocional menor Burnout Académico.

Hipótesis específica 1

H0: No existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

H1: Existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

Tabla 2

Correlación entre Inteligencia Emocional y Agotamiento Emocional

			Inteligencia Emocional	Agotamiento Emocional
Rho de Spearman	Inteligencia Emocional	Coefficiente de correlación	1,000	-,569**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	562	562
	Agotamiento Emocional	Coefficiente de correlación	-,569**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	562	562

Nota. Si $p < 0,05$; se acepta hipótesis alternativa, y si $p \geq 0,05$; se acepta hipótesis nula.

Interpretación

Se observa los resultados del análisis estadístico, que dan cuenta de la existencia de una relación ($r = -.569$) entre las variables Inteligencia Emocional y la dimensión Agotamiento Emocional, resultados que indican que existe una relación negativa y moderada.

La significancia de ($p = 0,000 \leq 0,05$), lo que permite afirmar que la relación es significativa, en consecuencia, se rechaza hipótesis nula y se acepta hipótesis alternativa. Es decir, existe relación significativa e inversa entre Inteligencia Emocional y la dimensión Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019. Es decir, a mayor Inteligencia Emocional, menor Agotamiento Emocional.

Hipótesis específica 2

H0: No existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Despersonalización en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

H1: Existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Despersonalización en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

Tabla 3
Correlación entre Inteligencia Emocional y Despersonalización

			Inteligencia	
			Emocional	Despersonalización
Rho de Spearman	Inteligencia Emocional	Coeficiente de correlación	1,000	-,510**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	562	562
	Despersonalización	Coeficiente de correlación	-,510**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	562	562

Nota. Si $p < 0,05$; se acepta hipótesis alternativa, y si $p \geq 0,05$; se acepta hipótesis nula.

Interpretación

Se observa los resultados del análisis estadístico, que dan cuenta de la existencia de una relación ($r = -,510$) entre las variables Inteligencia Emocional y Despersonalización, resultados que indican que existe una relación negativa y moderada.

La significancia de ($p = 0,000 \leq 0,05$), lo que permite afirmar que la relación es significativa, en consecuencia, se rechaza hipótesis nula y se acepta hipótesis alternativa. Es decir, existe relación significativa e inversa entre Inteligencia Emocional y Despersonalización en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad de Lima 2019. Es decir, a mayor Inteligencia Emocional, menor despersonalización.

Hipótesis específica 3

H0: No existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Realización Personal en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

H1: Existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Realización Personal en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019.

Tabla 4

Correlación entre Inteligencia Emocional y Realización Personal

			Inteligencia Emocional	Realización personal
Rho de Spearman	Inteligencia Emocional	Coefficiente de correlación	1,000	,609**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	562	562
	Realización Personal	Coefficiente de correlación	,609**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	562	562

Nota. Si $p < 0,05$; se acepta hipótesis alternativa, y si $p \geq 0,05$; se acepta hipótesis nula.

Interpretación

Se observa los resultados del análisis estadístico, que dan cuenta de la existencia de una relación ($r = ,609$) entre las variables Inteligencia Emocional y Realización Personal, resultados que indican que existe una relación positiva y moderada.

La significancia de ($p = 0,000 \leq 0,05$), lo que permite afirmar que la relación es significativa, en consecuencia, se rechaza hipótesis nula y se acepta hipótesis alternativa. Es decir, existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Realización Personal en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019. Es decir, a mayor Inteligencia Emocional, mayor Realización personal.

CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1. Discusión

El concepto de inteligencia emocional de Salovey y Mayer (1990) fue reformulado con el fin de centrarlo en el campo de las habilidades cognitivas y de priorizar el valor de la cognición sobre las emociones. Estos autores describieron el modelo de habilidades basado en cuatro ramas jerarquizadas donde el nivel más bajo se refiere a la habilidad de percibir, valorar y expresar la emoción y el nivel más alto representa la regulación reflexiva de la misma. Goleman introduce, en la definición original de Mayer y Salovey, conceptos como la motivación y las habilidades sociales, utilizando el término para representar los rasgos y las destrezas relacionados con el éxito (Goleman, 1998).

Es así, que cuando estudiamos y analizamos los niveles de estrés que los estudiantes universitarios experimentan, hacemos una reflexión sobre el concepto del síndrome de burnout, y uno de los modelos teóricos de burnout ampliamente avalados por la comunidad científica es el propuesto por Maslach y Jackson en 1986, quienes consideran que este fenómeno se manifiesta en los profesionales mediante tres dimensiones o grupos de síntomas: agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal. Esto se corrobora con el estudio de Norabuena (2017), realizado en Perú, con una muestra de estudiantes de enfermería de la UNMSM, en donde señala que el síndrome de burnout, se presenta en un nivel medio en 69% de estudiantes y en un nivel alto en 14% del grupo estudiado.

Este estudio, se llevó a cabo con una muestra de 562 estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019, de los cuales el 23,3% corresponde a la carrera de Psicología, el 15,1% a la carrera de Enfermería, el 31,3% a la carrera

de Obstetricia, el 12,5% a la carrera de la carrera de Nutrición y el 17,8% a la carrera de Terapia Física y Rehabilitación.

A partir de los resultados encontramos, aceptamos la hipótesis alternativa general que establece que existe relación entre Inteligencia Emocional y las dimensiones de Burnout Académico en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019. El 36,12% presenta alto nivel de Inteligencia Emocional y el 20,11% alto nivel de Burnout Académico. En donde ($r = -,601$) y ($p = 0,000 \leq 0,05$), siendo una relación negativa moderada y significativa, es decir a mayor nivel de Inteligencia Emocional, menor Síndrome de Burnout. Estos resultados tienen relación con lo que sostiene Masgo (2017), quien señala que la inteligencia emocional se encuentra relacionada de manera inversa con el síndrome de burnout en los estudiantes del X ciclo de la Facultad de Ingeniería Mecánica de la Universidad Nacional de Ingeniería 2016, cabe precisar que esta relación es significativa. Ello es acorde con lo que en este estudio se halla. Con respecto a la primera relación, se hallaron estudios similares por Carbajal (2017) en una muestra del personal asistencial de enfermería de un Centro Médico Naval Cirujano Mayor Santiago, en dicho estudio se señala que, a mayor inteligencia emocional, menor estrés laboral.

En lo que respecta a la hipótesis específica uno, en la relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Agotamiento Emocional, aceptamos la hipótesis alternativa, porque de acuerdo a los niveles de agotamiento emocional encontrados en los participantes, el nivel alto está presente en el 40,6% de la muestra, seguido por el 50,4% que se encuentra en el nivel medio y el 9,1% en nivel bajo. Lo cual indica que existe un numero considerado de universitarios que sufre de agotamiento emocional, producto de las exigencias académicas.

Estos resultados no concuerdan con los de Requena (2017), que trabajó con una muestra de 103 trabajadores de un centro de salud de San Juan de Miraflores, en donde señala que solo el 1,8% presenta un agotamiento emocional; en el mismo estudio se afirma que el nivel medio en agotamiento emocional es del 13,5% y en el nivel bajo un 78,4%, los tres niveles son diferentes con los encontrados en este estudio; cabe mencionar que la muestra de dicho estudio estuvo conformada por personal asistencial y administrativo, diferente a nuestro estudio que se trabajó con una muestra de estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud.

Referente a la segunda hipótesis específica, aceptamos la hipótesis alternativa, si existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Despersonalización en la muestra estudiada, el nivel bajo representa el 12,3%, el nivel medio 52,3% y el nivel alto un 35,4%; por ello, conceptualizando la despersonalización como una dimensión del burnout, que hace referencia a sentimientos, actitudes, y respuestas negativas, distantes y frías hacia otras personas, especialmente hacia los clientes, pacientes, usuarios, etc. Se acompaña de un incremento en la irritabilidad y una pérdida de motivación, con sentimientos y actitudes negativas hacia los pacientes, y además desmotivación hacia la profesión ejercida. Teniendo en cuenta el estudio dirigido a estudiantes de ciencias de la salud, un porcentaje del 35,4% presenta un nivel alto en la dimensión Despersonalización,

Estos resultados son opuestos a los de Iglesias y Novoa (2017) que trabajó con una muestra de 97 docentes de un colegio, donde correlacionó las dimensiones despersonalización y manejo de estrés, señalan que no existe una relación significativa. Por el contrario, Hanco (2018), en su investigación, en donde la muestra estuvo conformada de 80 cirujanos dentistas, se encontró que en la dimensión despersonalización, del rango de edades de 23 a 32, presenta un nivel bajo 27,5%, un nivel medio 22,5% y un nivel alto 23,7%. Esto se relaciona con nuestro estudio, porque en

ambos estudios se concluye que existe una relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Despersonalización; en donde, los profesionales de ciencias de la salud presentan sentimientos y actitudes negativas hacia sus pacientes y compañeros de trabajo cuando están experimentando síndrome de burnout.

Con lo que respecta a la tercera hipótesis específica, aceptamos la hipótesis alternativa, si existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Realización Personal en la muestra estudiada, los resultados señalan que los niveles de realización personal en el nivel bajo es de 6,4%, el nivel medio de 50,5% y el nivel alto de 43,1%. Existiendo una predominancia del nivel medio, y el nivel alto, con una cantidad representativa, en donde ($r = ,609$) y ($p = 0,000 \leq 0,05$), siendo una relación positiva moderada y significativa, es decir que, a mayor Inteligencia Emocional, mayor Realización Personal, existiendo una mayor satisfacción por el logro académico, profesional y laboral. Estos resultados se contrastan con los de Requena (2017), donde se señala que, del sexo masculino, un 97,3% obtiene un nivel alto en realización personal. Resultados similares se obtienen en la investigación de Hanco (2017), que el sexo masculino obtiene un nivel alto de realización personal de 40,0% y el sexo femenino 22,5%. Los tres estudios son diferentes a los resultados encontrados por Chucos (2016), que en sus resultados señala que no existe una correlación entre realización personal y la salud percibida en los profesionales de enfermería de un hospital estatal.

Referente a las implicancias, se señala que la relación entre las dos variables Inteligencia Emocional y las dimensiones de Burnout Académico, pone de manifiesto la influencia positiva de contar con el manejo de habilidades blandas, dentro de ello se encuentra la Inteligencia Emocional, que con una adecuada capacidad de atención, claridad y reparación emocional, ayudará a los estudiantes universitarios, profesionales de la salud y trabajadores en general, a evitar los síntomas

de agotamiento emocional y despersonalización. Por el contrario, niveles altos de (IE), permiten alcanzar una adecuada realización profesional.

Los resultados no son alentadores, ya que existe una muestra considerable con un alto nivel de Burnout Académico (20,11%) de estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019, por lo que, los estudios sobre estas variables deben continuar y ampliarse en investigaciones tanto con una población de universitarios, y profesionales de ciencias de la salud, que están predispuestos a sufrir Síndrome de Burnout (SB). Además, las universidades deben brindar a sus estudiantes programas para adquirir habilidades referentes a un adecuado control emocional, y también programas para el manejo del estrés.

Con respecto a las limitaciones del estudio, los resultados obtenidos no permiten obtener conclusiones acerca de la causalidad existente entre las variables estudiadas, sería para ello necesario desarrollar estudios longitudinales o de tipo experimental. Otra limitación en cuanto al sexo, es que la muestra no es homogénea, debido a que en la Facultad de Ciencias de la Salud generalmente hay más mujeres que hombres, En las limitaciones referidas a los instrumentos de evaluación tanto el TMMS-24, como el MBI, se contempla la posibilidad de problemas de sesgo debido a la deseabilidad social de los participantes para marcar mejores respuestas.

4.2. Conclusiones

1. Existe relación entre Inteligencia Emocional y las dimensiones de Burnout Académico en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019, por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa, lo cual determina que el 36,12% presenta alto nivel de Inteligencia Emocional y el 20,11% alto nivel de Burnout Académico, así mismo, encontrando que la correlación es inversa y significativa ($r = -,601$ y $p = 0.00$). Es decir, a mayor Inteligencia Emocional, menor Burnout Académico.

2. Existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019, por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa, lo cual determina que el 40,57% presenta un alto Agotamiento Emocional, así mismo, encontrando que la correlación es inversa y significativa ($r = -,569$ y $p = 0.00$). Es decir, a mayor Inteligencia Emocional, menor Agotamiento Emocional.

3. Existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Despersonalización en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019, por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa, lo cual determina que el 35,4% presenta un alto nivel de Despersonalización, así mismo, encontrando que la correlación es inversa y significativa ($r = -,510$ y $p = 0.00$). Es decir, a mayor Inteligencia Emocional, menor Despersonalización.

4. Existe relación entre Inteligencia Emocional y la dimensión Realización Personal en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2019, por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa, lo cual determina que el 43,06% presenta alta Realización Personal, así mismo, encontrando que la correlación es positiva y significativa ($r = ,609$ y $p = 0.00$), existe una relación positiva y moderada. Es decir, a mayor Inteligencia Emocional, mayor Realización Personal.

4.3. Recomendaciones

1. Se recomienda realizar investigaciones similares en estudiantes universitarios con las variables inteligencia emocional y burnout académico, teniendo en cuenta otras variables como, rendimiento académico, ansiedad, depresión, pensamientos suicidas.

2. Las universidades a través de programas psicológicos deben identificar los grupos de poblaciones vulnerables ante problemas como son el burnout académico, estrés psicológico, y de esa forma poder intervenir oportunamente a los universitarios en riesgo.

3. En las universidades, para los estudiantes de ciencias de la salud, como formas de prevención primarias, deben realizarse programas y talleres de inteligencia emocional, así como también de manejo del burnout académico y estrés.

4. Las universidades y en específico las facultades de ciencias de la salud deben trabajar en la prevención primaria, secundaria y terciaria; además de la promoción de la salud mental en general, para evitar casos de incidencia y prevalencia de problemas emocionales o trastornos mentales.

REFERENCIAS

- Aguilar, M., Gil, O., Pinto, V., Quijada, C., y Zúñiga, C. (2017). Inteligencia emocional, estrés, autoeficacia, locus de control y rendimiento académico en universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19 (1), 21-35.
- Alvarado, A y Rubio, R. (2018). Jóvenes y generación 2020. *Revista de estudios de juventud*, 2 (1), 36. Recuperado de http://www.injuve.es/sites/default/files/2017/46/publicaciones/revista108_completa_0.pdf
- American Psychiatric Association. (2016). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5*. Barcelona: Masson.
- Aroca, B. (2015). *Relación entre inteligencia emocional y burnout en una muestra de profesionales sanitarios de un servicio de oncología*. (Tesis de maestría). Universidad Complutense de Madrid, España.
- Bar-On, R. (1997). *Development of the Baron EQ-I: A measure of emotional and social Intelligence. 105 th Annual convention of the American Psychological Association in Chicago. U.S.A. Educational implications*. New York: Basic Books.
- Bar-On, R. (1997). *The emotional Quotient Inventory (EQ-i). A mesure of emotional intelligence*. Toronto, Canadá: Multi-health systems.
- Caballero, C., Hederich, C., y Palacio, J. (2016). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(1), 131-146.

Calvache, S., Chazatar, L., Jiménez, E., Quiñones, R., Galvis, M., y Moreno, S. (2013), Factores de riesgo asociados al Síndrome de Burnout en estudiantes de Odontología de la Universidad del Valle. *Revista estomatología y salud*, 21(1), 7-11.

Carbajal, M. (2017). *Inteligencia emocional y estrés laboral en el personal asistencial de Enfermería del Departamento de Medicina del Centro Médico Naval Cirujano Mayor Santiago Távara 2017*. (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.

Caballero, C., González, O., y Palacio, J. (2015). Relación del burnout y el engagement con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Salud Uninorte*, 31 (1): 59-69.

Chucos, P. (2017). *Agotamiento profesional, inteligencia emocional y salud percibida en profesionales de enfermería del Centro Médico Naval 2016*. (Tesis de maestría). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú.

Estrada, H., De La Cruz, S., Bahamón, M., Perez, J., y Cáceres, A. (2017). Burnout académico y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Espacios*. Vol. 39 (Nº 15) Año 2018. Pág. 7.

Extremera, N., Ramos, N., & Fernandez-Berrocal, P. (2004). Validity and reliability of the spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Report*, 94, 751 - 755.

Gamboa, L. (2017). *Estilo de manejo de conflictos e inteligencia emocional de los trabajadores de salud de la micro red Santa Luzmila DISA V*. (Tesis de maestría). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú.

García, D. (2018). *Prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes que cursan el cuarto año de la licenciatura en enfermería en la facultad de ciencias médicas de la universidad*

nacional autónoma de honduras en Tegucigalpa, Honduras octubre- noviembre 2017.

(Tesis de maestría). Universidad Autónoma de Nicaragua, Managua.

Gázquez, J., Pérez-Fuentes, M., Díaz-Herrero, Á., García-Fernández, J., e Inglés, C. (2015).

Perfiles de inteligencia emocional y conducta social en adolescentes españoles. *Psicología Conductual*, 23(1), 141-160.

Gil-Monte, P. (2016). Validez factorial de la adaptación al español del Maslach Burnout Inventory-General Survey. *Salud Pública de México*, 44(1), 33-40.

Goleman, D. (1998). *La Práctica de Inteligencia Emocional*. Editorial Kairós.

Goleman, D. (1999). *Working with emotional intelligence*. Editorial Kairós.

Hanco, R. (2018). *Síndrome de burnout en cirujanos dentistas que laboran en consulta privada en la provincia de San Román - Juliaca, 2018*. (tesis de licenciatura). Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú.

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. (6.a ed.). México: McGraw-Hill Education.

Huaccha, E. (2016). *Burnout académico e inteligencia emocional en estudiantes de una universidad privada de Trujillo*. (Tesis de licenciatura). Universidad Privada del Norte, Trujillo, Perú.

Iglesias, L. y Novoa, M. (2017). *Burnout e inteligencia emocional en docentes de instituciones educativas en la ciudad de Cajamarca en el año 2017*. (Tesis de licenciatura). Universidad Privada del Norte, Perú.

Journal of the American College of Surgeons. (2017). Burnout syndrome in medical professionals.

New York, EU. Recuperado de
<https://pubs.acs.org/action/doSearch?AllField=burnout&startPage=&dateRange=&Earliest=%5B20181113%20TO%2020190513%5D>

Liébana, C., Fernández, E., Morán, C. (2017). Relación entre la inteligencia emocional y el Burnout en estudiantes de enfermería. *Psychology, Society, & Education*. Vol. 9(3), pp. 335-345.

Llaja, V., Sarria, J. & Garcia, P. (2007). Inventario “Burnout” de Maslach & Jackson-muestra peruana. Lima: *Centro interdisciplinaria en Neuropsicología*.

Martínez, J.; Méndez, I., y García-Sevilla, J. (2015). Burnout y empatía en cuidadores profesionales de personas mayores. *Psychology and Education*, 5 (3), 325-333.

Martínez, J. (2018). *Inteligencia emocional y síndrome de burnout en el personal operativo de una empresa privada del distrito de Huachipa, 2018*. (Tesis de licenciatura). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.

Maslach, C., & Jackson, S. (1981). *Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto: Consulting Psychological Press.

Masgo, V. (2017). *Inteligencia emocional y el síndrome de Burnout en los estudiantes del X ciclo*. (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.

Norabuena, M. (2017). *Nivel de Síndrome de Burnout en estudiantes de enfermería de la segunda especialidad de Enfermería en Centro Quirúrgico de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*. (tesis de licenciatura). Lima, Perú.

Organización de las Naciones Unidas. (2015). *Objetivos de desarrollo del milenio*. New York, EU.

Recuperado de https://www.un.org/es/millenniumgoals/pdf/2015/mdg-report-2015_spanish.pdf

Requena, D. (2019). *Inteligencia emocional y síndrome de burnout en trabajadores del centro de salud San Juan De Miraflores*. (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional Federico Villareal, Lima, Perú.

Rodríguez, C. (2018). *Inteligencia emocional y fortalezas y virtudes del carácter en estudiantes universitarios*. (Tesis de licenciatura). Universidad Argentina de la Empresa, Buenos Aires, Argentina.

Salovey, P., Mayer, J., Goldman, S., Turvey, C., & Palfai, T. (1995). *Atención emocional, claridad y reparación: explorando la inteligencia emocional usando la Escala Trait Meta-Mood*. Washington: J.W. Pennebaker.

Santivañez, A. (2016). *Burnout y salud en profesionales de enfermería de un hospital nacional de Huancayo*. (Tesis de Licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú.


Statistics Korea. (2017). *National of the Republic of Korea*. Seúl, Korea del Sur. Recuperado de [https:// http://kostat.go.kr/portal/eng/index.action](https://http://kostat.go.kr/portal/eng/index.action).

Tavera, M. (2011). *Burnout en médicos oncológicos del Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas (INEN)*. (Tesis de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú.

Vilca, A. (2018). *Relación del Síndrome de Burnout con la Inteligencia Emocional en Alumnos del IX Semestre de la Clínica Odontológica de la Universidad Católica de Santa María, 2018*. (Tesis de licenciatura). Universidad Católica de Santa María, Arequipa, Perú.

ANEXOS

ANEXO 1: SOLICITUD, PARA AUTORIZACIÓN DEL ESTUDIO.

 UNIVERSIDAD
PRIVADA DEL NORTE

Los Olivos, 10 de abril de 2019

Coordinador:
Mauro Cerón Salazar

Los Olivos

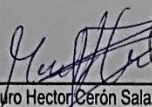
Estimado coordinador, reciba un cordial saludo y reconocimiento por la labor que realiza en esta universidad.


La presente es para solicitarle a nivel personal, permita a quien le saluda, **Ayrton Alfredo Zegarra Ortiz**, identificado con código de estudiante **N00164445**, estudiante de la carrera de psicología del 10^{mo} ciclo, tenga el acceso a aplicar su tesis en esta casa de estudios, el tema se titula: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA 2019.

La mecánica de dicha investigación consiste en ingresar a los salones de alumnos que estudien: psicología, enfermería, obstetricia, nutrición y terapia física y rehabilitación; con la finalidad de aplicarles 2 cuestionarios grupales, con un tiempo máximo de 20 minutos, con esta autorización tendré un argumento sólido para pedir el permiso correspondiente a los profesores encargados de los cursos e ingresar a las aulas, para desarrollar mi trabajo de investigación.

Agradezco anticipadamente pueda considerar mi petición, para iniciar mi trabajo de investigación.

Ayrton Alfredo Zegarrra Ortiz
DNI N° 72879166


Mauro Hecor Cerón Salazar
Coordinador de la Carrera de Psicología
UNIVERSIDAD PRIVADA DEL NORTE S.A.C.



ANEXO 2A

Consentimiento Informado

La presente investigación es conducida por Ayrton Alfredo Zegarra Ortiz estudiante del 10^{mo} ciclo de la carrera de Psicología de la UPN Lima-Norte. La meta de este estudio es conocer la relación entre: “INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA 2019. Si usted accede a participar de este estudio, se le pedirá responder dos cuestionarios, uno de 24 preguntas y otro de 22 preguntas. Esto tomará aproximadamente 20 minutos de su tiempo.

La participación de este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja, será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación.

De tener preguntas sobre su participación en este estudio, puede contactarse al correo: ayrton.12.1856@gmail.com o al celular RPC N° 962748407.

Firma

Fecha

ANEXO 2B

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Carrera Profesional:.....Ciclo:

Edad:.....

Sexo: ☐ M ☐ F

Estado Civil:

- Soltero (a) ☐ Casado (a) ☐ Viudo (a) ☐
- Divorciado (a) ☐

¿Tiene Hijos?

- Si ☐ N° de hijos: No ☐

Además de estudiar tu carrera profesional, ¿Trabajas?

- Si ☐ No ☐

¿Has estudiado una carrera antes?

- Si ☐ No ☐

ANEXO 2C

Instrumento: **Trait Meta MoodScale (TMMS-24)**

Instrucciones: A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una “X” la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

1	2	3	4	5
Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo

1	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

ANEXO 2D

Instrumento: **Inventario de Burnout de Maslach (MBI)**

Instrucciones: Señale con una “X” la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

0	1	2	3	4	5	6
Nunca	Pocas veces al año o menos	Una vez al mes o menos	Unas pocas veces al mes	Una vez a la semana	Pocas veces a la semana	Todos los días

1	Me siento emocionalmente agotado por mis estudios.	0	1	2	3	4	5	6
2	Me siento cansado al final de la jornada de estudios.	0	1	2	3	4	5	6
3	Me siento fatigado cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de estudio.	0	1	2	3	4	5	6
4	Fácilmente comprendo cómo se sienten las personas.	0	1	2	3	4	5	6
5	Creo que trato a algunas personas como si fuesen objetos impersonales.	0	1	2	3	4	5	6
6	Estar todo el día con otras personas es un esfuerzo.	0	1	2	3	4	5	6
7	Trato muy eficazmente los problemas de las personas.	0	1	2	3	4	5	6
8	Me siento “agotado” por mi trabajo académico.	0	1	2	3	4	5	6
9	Creo que estoy influyendo positivamente con mis estudios en las vidas de los demás.	0	1	2	3	4	5	6
10	Me he vuelto más insensible con la gente desde que estudio esta carrera.	0	1	2	3	4	5	6
11	Me preocupa el hecho de que estudiar esta carrera me esté endureciendo emocionalmente.	0	1	2	3	4	5	6
12	Me siento muy activo.	0	1	2	3	4	5	6
13	Me siento frustrado en mis estudios.	0	1	2	3	4	5	6
14	Creo que estoy estudiando demasiado.	0	1	2	3	4	5	6
15	No me preocupa realmente lo que le ocurre a alguna persona con las que tengo que interactuar.	0	1	2	3	4	5	6
16	Trabajar directamente con personas me produce estrés.	0	1	2	3	4	5	6
17	Fácilmente puedo crear una atmósfera relajada con las personas con las que estudio.	0	1	2	3	4	5	6
18	Me siento estimulado después de estudiar en contacto con personas.	0	1	2	3	4	5	6
19	He conseguido muchas cosas útiles en mi carrera.	0	1	2	3	4	5	6
20	Me siento acabado.	0	1	2	3	4	5	6
21	En mis estudios trato los problemas con mucha calma.	0	1	2	3	4	5	6
22	Creo que las personas en mi entorno académico me culpan de algunos de sus problemas.	0	1	2	3	4	5	6